

# Подготовить и обогатить

Д-р психол. наук Кит Бьёрге

Добрачное консультирование

# Подготовить и обогатить

- Индивидуальный подход
- Кастомизированный вариант
- Системная модель (взаимоотношения, взаимодействие, структура и контекст)
- Модель, основанная на преимуществах (сильные стороны и зоны роста)
  - Полезна для стимуляции взаимодействия между супругами

# Кастомизированный вариант

- Основан на ответах супругов
- 10 ключевых шкал
  - Идеалистическое искажение
  - Коммуникация
  - Разрешение конфликтов
  - Стиль поведения и привычки
  - Управление финансами
  - Досуг
  - Сексуальность и привязанность
  - Семья и друзья
  - Роли во взаимоотношениях
  - Духовные убеждения

# Отчет, с чего начать?

- Типология супружеских пар
  - Бодрые
  - Гармоничные
  - Заурядные
  - Конфликтные
  - Безжизненные
- Удовлетворенность взаимоотношениями
  - Оцените степень идеализма молодых, никогда не бывших в браке...
  - Оцените степень утраты идеалов у тех, кто уже был в браке

(Шкала идеализации играет корректирующую роль)

# Стимулирование взаимодействия

- Опирайтесь на сильные стороны и зоны роста
- Наблюдайте
- Подводите итоги взаимодействия
- Спрашивайте, что им понравилось и не понравилось во взаимодействии
- Побуждайте расти посредством обучения и изменения

## Сильные стороны и зоны роста

- Попросите каждого партнера определить сильные стороны и зоны роста
- Попросите супругов обсудить каждый пункт
- Обсудите с ними пункты теста (перефразируйте, будьте красноречивы, осторожны и добры).
- Просмотрите видеозапись... если возможно

## Цели и задачи (К. Б.)

- Проясните трудные моменты
  - Отметьте, что на протяжении жизни, скорее всего, будут возникать трудности
  - Исследования показывают, что это так, что «прекрасные» супруги успешно преодолевают трудности!
- Четко объясните суть взаимодействия
- Перечислите шаги к улучшению и решению «*трудного вопроса*».
  - Лучшая коммуникация, позволяющая услышать и понять. (Это неуклюжая и нетипичная коммуникация.)

# Настойчивость

- Коммуникация
- Настойчивость <> уверенность в себе
  - положительная корреляция
- Уклонение <> доминирование супруга
  - положительная корреляция
- Самые здоровые браки отличаются настойчивостью и уверенностью в себе
  - бодрые и гармоничные
- В наименее здоровых браках как минимум один из партнеров в большей степени проявляет тенденцию к уклонению и доминированию
  - конфликтные и безжизненные
- Видеозапись (список пожеланий)

# Настойчивость

- Настойчивость положительно коррелирует со многими другими пунктами теста
  - уверенность в себе
  - личные качества супруга
  - положительное отношение к личным качествам супруга
  - положительное отношение к разрешению конфликтов
  - меньшая тенденция к уклонению
  - меньшая тенденция к доминированию

# Уклонение

- Уклонение коррелирует с...
  - большей склонностью к доминированию
  - недовольством личными качествами супруга
  - недовольством общением
  - недовольством способами разрешения конфликтов
  - низкой степенью настойчивости
  - низкой уверенностью в себе

## Итоги

- Подготовить и обогатить
- Кастомизированный
- Типология
- Сильные стороны и зоны роста
- Настойчивость, уверенность в себе, уклонение и доминирование